

## **Lautan yang Menangungi Ratusan Sungai; Metode Baik untuk Menyelamatkan Semua Makhluk (Bagian 3)**

Acara Pertemuan Umat Buddhis Sedunia di Malaysia, 05 Maret 2014

Baik-baiklah membina diri dan belajar, Master sangat mencintai kalian, tetapi ingat, kalian harus menyingkirkan sifat-sifat buruk dalam diri kalian. Ketika kalian tidak menyadari bahwa diri kalian sangat menyebalkan, kalian sudah sangat menyebalkan. Selalu periksa diri sendiri, harus tersadarkan dan merasakan – apakah saya tidak bahagia hari ini? Tidak, sangat baik! Apakah saya merasa risau? Tidak, sangat baik! Harus sering merasakannya, setelah merasakan baru akan sadar. Prasyarat pencerahan adalah kesadaran. Jika kamu tidak mempunyai perasaan, bagaimana kamu bisa mencapai pencerahan? Banyak orang yang telah lama melafalkan paritta tidak merasakan apa pun. Bagaimana bisa tercerahkan? Selamanya tidak bisa tercerahkan. Apa itu potensi kesadaran? Potensi kesadaran adalah mengandalkan pemikiran sendiri dari hati hingga otak, menerima indra peraba yang dihasilkan oleh lingkungan luar. Setelah membuat dirinya memahami

beberapa kebenaran dan muncul sifat dasar dari pemahaman, ini disebut potensi kesadaran.

Master memiliki banyak murid di seluruh dunia yang merupakan psikiater. Mereka semua mempunyai masalah serius. Seorang psikiater membantu orang lain mengobati penyakit dan akhirnya dirinya sendiri menjadi sakit jiwa. Metode psikiater adalah dengan memberikan semacam kelepasan dalam hatimu. Misalnya, jika suami seseorang berselingkuh di luar, dia pergi ke psikiater dan berkata: "Dokter, saya sedih. Saya benar-benar tidak dapat berpikiran terbuka..." Tindakan pertama dokter adalah meletakkan jam di depanmu, menghitung biaya sesuai waktu, dan kemudian berkata: "Bagaimana kamu mengetahui suamimu punya selingkuh?" Lalu dia ceritakan dia bagaimana dan bagaimana. "Oh, bagaimana reaksinya saat kamu mengetahuinya?" Dia terus berbicara. Sebenarnya, dia mencurahkan semua kata-kata dan kerisauannya di dalam hatinya. Setelah mencurahkan satu jam, dia hampir selesai berbicara, dokter mengatakan kepadanya: "Baiklah, saya mengerti semua yang Anda

katakan. Saya ingin melakukan pengobatan kedua untuk penyakitmu ini. Kamis depan kamu datang menemui saya pada waktu yang sama" Banyak ibu tua yang tidak bisa berpikir terbuka di rumah. Mereka suka mengangkat telepon dan berbicara dengan tetangga dan teman tentang keadaan suaminya. Setelah berbicara, dia merasa bahagia, memasak juga jadi cepat, ini caranya curhat. Masalahnya adalah orang yang mendengarnya merasa tidak nyaman. Jika kamu berbicara kepada orang lain tentang hal-hal baik setiap hari, betapa bagusnya mereka mengikutimu merasakan sukacita Dharma. Jika kamu memberi tahu orang lain, "Saya menderita, saya merasa sedih ..." setiap hari, orang lain juga akan sangat menderita. Jadi cara terbaik adalah bahkan tidak menonton serial TV yang menyakitkan sekalipun. Menontonnya akan membuatmu menangis dan sial.

Harus selalu membahagiakan diri sendiri. Orang lain sulit untuk membahagiakan diri kita. Kebahagiaan disebabkan oleh diri sendiri, dan kesedihan juga disebabkan oleh diri sendiri. Orang yang ingin bahagia

selamanya, maka jangan pernah menciptakan kesedihan untuk dirinya sendiri. Orang yang ingin meninggalkan kesedihan, harus selamanya melupakan kesedihan! Penuh sukacita Dharma! Berbahagialah! Saya bahkan lebih bahagia melihat kalian. Kalian semua adalah saudara saya, saudara bertemu, sangat membahagiakan. Di Periode Akhir Dharma, kita harus membina diri dengan gembira dan membina pikiran kita dengan kedamaian dan ketenangan. Jangan khawatir tentang kesulitan apa pun yang dihadapi. Kita tidak takut sekarang karena kita memiliki energi, karena kita memiliki Guan Shi Yin Pu Sa yang menyelamatkan kita sekarang, karena kita telah menaiki kapal Dharma di Periode Akhir Dharma ini! Bagi mereka yang belum tercerahkan dan belum membina pikirannya, bagaimana mereka bisa menaiki kapal Dharma dengan tiket lama mereka? Menekuni Dharma harus bersukacita dalam Dharma. Menekuni Dharma harus bahagia. Terkadang kita memiliki banyak kesulitan, Master mengajarkan kalian sebuah metode: Tidak peduli apapun yang terjadi, pertama-tama harus tenang dan memikirkan Guan Shi Yin Pu Sa, "Guan Shi Yin Pu Sa, mohon berkati

saya! Anda pasti akan menyelamatkan saya, Anda pasti akan menyelamatkan saya!" Aura yang terbentuk dari hal-hal yang diucapkan dari mulut dan kesadaran dan gelombang otak akan cepat mempengaruhi sirkulasi darah dan fungsi sel tubuhmu. Ketika seseorang menghadapi masalah, dia harus tenang dulu dan berkata, "Guan Shi Yin Pu Sa, tolong datang dan selamatkan saya". Setelah beberapa saat, semuanya akan baik-baik saja." Kita benar-benar tidak takut sekarang. Kita sekarang adalah praktisi Buddhis yang kuat. Kita harus mengerti untuk mencintai dan melindungi jiwa kebijaksanaan diri sendiri, mencintai semua orang.

Berharap kalian mematuhi hukum dan aturan, mencintai negara dan rakyat. Kita membuat semua orang menjadi harmonis, membuat setiap keluarga menjadi rukun, membuat semua teman tidak bertengkar. Ini adalah fondasi masyarakat, seperti sel-sel masyarakat. Hanya ketika setiap keluarga damai, setiap keluarga bersatu, dan semua orang aman, masyarakat ini baru akan stabil. Pintu Dharma yang begitu baik, membuat masyarakat dan

negara damai. Negara mana yang tidak menyukainya? Dengarkan perkataan Master, jangan melakukan hal-hal yang tidak sesuai aturan dan Dharma. Xin Ling Fa Men akan berkembang dengan semakin baik.

Jika ingin maju, jangan lupa melafalkan paritta "Li Fo Da Chan Hui Wen". Jika permohonanmu tidak terkabul, kamu lebih banyak melafalkan paritta "Li Fo Da Chan Hui Wen". Asalkan bisa bertobat, permohonanmu akan dikabulkan. "LI Fo Da Chan Hui Wen" sangat manjur! Jika seseorang belajar, mengatakan dia membeli beberapa buku maka bisa masuk perguruan tinggi. Bisakah tanpa guru? Harus ada guru, jadi Master sangat ketat. Saya tidak mengizinkan kalian melakukan kesalahan. Jika melakukan kesalahan, harus bertobat kepada semua Bodhisattva. Apakah sudah mengerti sekarang (Mengerti)

Ibu tua, jangan menangis. Menangislah dengan baik di depan Guan Shi Yin Pu Sa dan di depan 88 Buddha: "Guan Shi Yin Pu Sa, tolong selamatkan saya. Saya bertobat!" Jika tidak bertobat masa lalu, memohon sekarang pasti tidak

manjur. Beri contoh sederhana, dua orang mempunyai pendapat, jika kamu tidak dapat membuat orang bersimpati dan memaafkanmu, dia tidak akan membantumu apa pun yang kamu katakan kepadanya, jadi harus bertobat terlebih dahulu. Kemudian ingatlah bahwa paritta "Da Bei Zhou" terutama tentang energi, memperkuat energimu; "Xin Jing" terutama untuk membuka kebijaksanaan. "Xin Jing", "Da Bei Zhou", dan "Li Fo Da Chan Hui Wen" adalah tiga pilar Xin Ling Fa Men, ketiganya harus dilafalkan dengan baik. Terakhir, beri tahu kalian, ketika menghadapi suatu masalah, seperti terkadang akan segera mengalami kecelakaan, memutar kemudi dan berkata, "Aduh, qian shou qian yan wu ai da bei xin tuo luo ni ..." Boom, tabrakan, karena tidak punya waktu untuk melafalkan yang terlalu panjang, harus bagaimana? Pertama, harus segera memikirkan Guan Shi Yin Pu Sa dalam pikiran. Saat menghadapi keadaan darurat, visualisasikan Guan Shi Yin Pu Sa terlebih dahulu. Saya biasanya tidak ingin kalian memvisualisasikan atau bermeditasi, karena bermeditasi, jiwa akan mudah meninggalkan tubuh. Banyak orang Barat yang bermeditasi.

Bos Perusahaan Apple belajar bermeditasi agama Buddha, karena terlalu banyak pasang surut. Jadi jangan bermeditasi pada biasanya, tetapi dalam keadaan darurat, visualisasikan terlebih dahulu. Begitu memikirkan Guan Shi Yin Pu Sa, segera teriak. Ini sama dengan mengundang Guan Shi Yin Pu Sa terlebih dahulu. Dalam pikiranmu, selanjutnya segera teriak "Guan Shi Yin Pu Sa tolong selamatkan Aku!" Berteriak yang keras, "Tidak memedulikan tentang orang lain, tidak memedulikan tentang hal-hal di sekitar."

Baik-baiklah membina diri. Hiduplah dalam ajaran Buddha kita, hiduplah dalam Dharma kita. Mohon Sang Buddha untuk hidup dalam hati kita. Kita harus selalu menginjak di atas teratai, kedua kaki kita harus berjalan lurus, seperti menginjak dengan kokoh di atas teratai. Selangkah demi selangkah, lafalkan paritta, membina pikiran, dan berikrar, maka Guan Shi Yin Pu Sa akan memberkati kalian. Kalian harus menyelamatkan makhluk yang berjodoh secara luas. Jangan tinggalkan satupun makhluk yang berjodoh, jangan tinggalkan seorang pun.



Hanya ketika kamu melihat kelebihan pada orang lain, hatimu baru akan dipenuhi dengan cahaya. Selalu lihat cahaya pada orang lain, dan kemudian hatimu akan diterangi oleh cahaya Sang Buddha! Jangan melihat kekurangan orang lain, lihatlah selalu kelebihan orang lain. Orang bermata kecil, kamu mengatakan kulitnya bagus. Orang berkulit gelap, kamu mengatakan matanya besar. Orang memiliki bekas luka di kepalanya, kamu mengatakan mulutnya lurus... semua yang kamu lihat adalah bagus, kamu selalu ada hal-hal baik di hatimu. Jika hari ini kamu melihat bekas luka ini dan besok melihat mata kecil dan telinga miring, bukankah kamu akan mendapat kesan buruk tentang telinga miring, mata kecil, dan bekas luka di kepalamu? Master menggunakan Bai Hua Fo Fa yang sederhana untuk memberitahukan kepada semua orang prinsip-prinsip Buddha yang mendalam. Saya ingin menyelamatkan semua makhluk yang berjodoh di seluruh dunia. Berharap kalian semua mengikuti Master untuk pergi menyelamatkan semua makhluk bersama-sama!

Terima kasih semuanya. Terima kasih para biksu atas kehadirannya dalam beberapa hari ini. Terima kasih semua teman se-Dharma, terima kasih! Kalian harus menjadi pelindung agama Buddha, terima kasih semuanya!

hǎi nà bǎi chuān miào fǎ dù zhòng xià  
海纳百川 妙法度众 (下)

nián yuè rì mǎ láo xī yà fó yǒu jiàn miàn huì lú jūn hóng tái zhǎng kāi shì  
2014 年 3 月 5 日 马来西亚佛友见面会卢军宏台长开示

hǎo hǎo xiū hǎo hǎo xué shī fu shì hěn ài nǐ men de dàn shì  
好好修好好学，师父是很爱你们的，但是  
yào jì zhù yí dìng yào bǎ zì jǐ shēn shàng de liè gēn xìng qù diào  
要记住，一定要把自己身上的劣根性去掉，  
dāng nǐ men zì jǐ bù fā jué zì jǐ hěn tǎo yàn de shí hou nǐ men  
当你们自己不发觉自己很讨厌的时候，你们  
yǐ jīng shì hěn tǎo yàn le jīng cháng yào jiǎn chá zì jǐ yào jué wù  
已经是很讨厌了。经常要检查自己，要觉悟，  
yào gǎn jué wǒ jīn tiān gǎn jué bù kāi xīn le ma méi yǒu hěn  
要感觉——我今天感觉不开心了吗？没有，很  
hǎo wǒ gǎn jué fán nǎo le ma méi yǒu hěn hǎo yào jīng cháng  
好！我感觉烦恼了吗？没有，很好！要经常  
gǎn jué jué le cái néng wù kāi wù de xiān jué tiáo jiàn shì yào jué  
感觉，觉了才能悟。开悟的先决条件是要觉，  
méi gǎn jué nǎ lái kāi wù hěn duō rén niàn jīng niàn le hěn jiǔ méi  
没感觉，哪来开悟？很多人念经念了很久没  
gǎn jué zěn me huì kāi wù yǒng yuǎn kāi wù bù liǎo wù xìng shì  
感觉，怎么会开悟？永远开悟不了。悟性是  
shén me wù xìng jiù shì kào zhe zì jǐ cóng xīn dào dà nǎo de sī wéi  
什么？悟性就是靠自己从心到大脑的思维，  
jiē shòu wài jiè de huán jìng suǒ chǎn shēng de yì zhǒng chù jué ràng  
接受外界的环境所产生的一种触觉，让

zì jǐ míng bai le yì xiē dào lǐ zhī hòu suǒ gǎn wù chū lái de běn xìng  
自己明白了一些道理之后所感悟出来的本性，  
jiù jiào wù xìng  
就叫悟性。

shī fu zài quán shì jiè yǒu hěn duō de dì zǐ shì xīn lì yī shēng  
师父在全世界有很多的弟子是心理医生，  
tā men zì jǐ de máo bìng dōu hěn zhòng xīn lì yī shēng bāng bié  
他们自己的毛病都很重。心理医生帮别  
rén kàn bìng kàn dào zuì hòu zì jǐ dōu yǒu xīn lì bìng le xīn lì yī  
人看病看到最后自己都有心理病了。心理医  
shēng de fāng fǎ jiù shì ràng nǐ xīn zhōng huò dé yì zhǒng shì fàng  
生的方法就是让你心中获得一种释放。  
bǐ fāng shuō yí gè rén de lǎo gōng zài wài miàn yǒu wài yù tā qù  
比方说，一个人的老公在外面有外遇，她去  
zhǎo xīn lì yī shēng shuō yī shēng wǒ nán guò wǒ zhēn de  
找心理医生说：“医生，我难过，我真的  
xiǎng bù tōng ... ..” yī shēng de dì yī gè dòng zuò jiù shì bǎ zhōng  
想不通 ... ..” 医生的第一个动作就是把钟  
wǎng nǐ qián miàn yí fàng jì suàn shí jiān shōu fèi rán hòu shuō  
往你前面一放，计算时间收费，然后说：  
nǐ zěn me huì fā xiàn nǐ xiān shēng yǒu xiǎo sān ne rán hòu  
“你怎么会发现你先生有小三呢？” 然后  
tā jiù jiǎng wǒ zěn yàng zěn yàng ō nà nǐ dāng shí fā xiàn zhī  
她就讲我怎样怎样。“噢，那你当时发现之  
hòu tā de fǎn yìng shì shén me ne tā jiù jiē zhe bù tíng de  
后，他的反应是什么呢？” 她就接着不停地

jiǎng shí jì shàng tā bǎ tā xīn lǐ de huà xīn lǐ de fán nǎo quán  
讲，实际上她把她心里的话、心里的烦恼全  
bù dào chū lái dèng dǎo le yí gè xiǎo shí jiǎng de yě chà bu duō  
部倒出来。等倒了一个小时，讲得也差不多  
le yī shēng jiù gēn tā jiǎng níng nǐ suǒ jiǎng de wǒ dōu  
了，医生就跟她讲：“嗯，你所讲的我都  
míng bai le nǐ zhè ge bìng wǒ yào gēn nǐ zuò dì èr gè liáo chéng  
明白了，你这个病我要跟你做第二个疗程，  
xià ge xīng qī sì nǐ hái shì lǎo shí jiān lái zhǎo wǒ hěn duō lǎo  
下个星期四你还是老时间来找我。”很多老  
mā ma zài jiā lǐ xiǎng bù tōng xǐ huan ná qǐ diàn huà gēn lín jū  
妈妈在家里想不通，喜欢拿起电话跟邻居  
jiǎng gēn péng you jiǎng wǒ de lǎo gōng zěn me yàng zěn me yàng  
讲跟朋友讲，我的老公怎么样怎么样，  
jiǎng wán zhī hòu tā kāi xīn le zuò fàn yě kuài le tā zhè shì fā xiè  
讲完之后她开心了，做饭也快了，她这是发泄，  
wèn tí shì tīng de rén nán shòu le rú guǒ nǐ tiān tiān gēn rén jiā  
问题是听的人难受了。如果你天天跟人家  
jiǎng hǎo de shì qing rén jiā gēn zhe nǐ yì qǐ fǎ xǐ chōng mǎn duō  
讲好的事情，人家跟着你一起法喜充满多  
hǎo nǐ tiān tiān gēn rén jiā jiǎng wǒ kǔ a wǒ nán shòu  
好；你天天跟人家讲“我苦啊，我难受  
a rén jiā zhēn de yě huì kǔ de suǒ yǐ zuì hǎo de fāng  
啊...”，人家真的也会苦的。所以最好的方  
fǎ lián diàn shì lián xù jù lǐ miàn kǔ de dōu bú yào qù kàn kàn le  
法连电视连续剧里面苦的都不要去看，看了  
huì diào yǎn lèi jiù huì dǎo méi de  
会掉眼泪，就会倒霉的。

yào ràng zì jǐ cháng dé kuài lè bié rén hěn nán shǐ zì jǐ kuài  
要让自己常得快乐，别人很难使自己快  
lè kuài lè shì yóu zì jǐ zào chéng de bēi shāng yě shì yóu zì jǐ  
乐，快乐是由自己造成的，悲伤也是由自己  
zào chéng de xiǎng yào yǒng yuǎn kuài lè de rén yǒng yuǎn bú yào  
造成的。想要永远快乐的人，永远不要  
zì jǐ gěi zì jǐ zhì zào bēi shāng xiǎng lí kāi bēi shāng de rén  
自己给自己制造悲伤；想离开悲伤的人，  
yǒng yuǎn yào wàng què bēi shāng fǎ xǐ chōng mǎn kāi kāi xīn xīn  
永远要忘却悲伤！法喜充满！开开心心！  
kàn jiàn nǐ men wǒ gèng kāi xīn nǐ men dōu shì wǒ de qīn rén qīn  
看见你们我更开心，你们都是我的亲人，亲  
rén xiāng jiàn fèn wài xīn xǐ zài mò fǎ shí qī yào kuài kuài lè lè  
人相见，分外欣喜。在末法时期要快快乐乐  
xiū xíng ān ān dìng dìng xiū xīn pèng dào shén me mó nàn bú yào  
修行，安定定修心。碰到什么磨难不要  
qù dān xīn wǒ men xiàn zài bú pà le yīn wei wǒ men xiàn zài yǒu  
去担心，我们现在不怕了，因为我们现在有  
néng liàng le yīn wei wǒ men xiàn zài yǒu guān shì yīn pú sà zài jiù  
能量了，因为我们现在有观世音菩萨在救  
wǒ men le yīn wei zài mò fǎ shí qī wǒ men dēng shàng le zhè sōu  
我们了，因为在末法时期我们登上了这艘  
fǎ chuán le hái bù kāi wù de rén hái bù hǎo hǎo xiū xīn de rén  
法船了！还不开悟的人，还不好好修心的人，  
tā de nà zhāng jiù chuán piào zěn néng dēng shàng fǎ chuán xué fó  
他的那张旧船票怎能登上法船？学佛

yào fǎ xǐ xué fó yào kāi xīn yǒu shí hou wǒ men yǒu hěn duō mó  
要法喜，学佛要开心，有时候我们有很多磨  
nàn shī fu jiāo nǐ men yí gè fāng fǎ bù guǎn shén me shì qing fā  
难，师父教你们一个方法：不管什么事情发  
shēng le xiān yào ān jìng yào xiǎng guān shì yīn pú sà guān  
生了，先要安静，要想观世音菩萨，“观  
shì yīn pú sà nín bǎo yòu wǒ nín yí dìng huì jiù wǒ yí dìng huì jiù  
世音菩萨您保佑我！您一定会救我，一定会救  
wǒ zuǐ ba lǐ shuō de dōng xi hé yì shí hé nǎo diàn bō suǒ xíng  
我！”嘴巴里说的东西和意识和脑电波所形  
chéng de qì chǎng hěn kuài yǐng xiǎng nǐ shēn tǐ de xuè yè xún  
成的气场，很快影响你身体的血液循  
huán hé xì bāo de yùn zuò dāng yí gè rén pèng dào shì qing de shí  
环和细胞的运作。当一个人碰到事情的时候，  
hou xiān ān jìng guān shì yīn pú sà nín lái jiù wǒ a yí  
先安静，“观世音菩萨您来救我啊”，一  
huìr mǎ shàng jiù méi shì le wǒ men xiàn zài zhēn de bú pà wǒ  
会儿马上就没事了。我们现在真的不怕，我  
men xiàn zài shì jiān qiáng de xué fó rén wǒ men yí dìng yào dǒng  
们现在是坚强的学佛人，我们一定要懂  
de ài hù zì jǐ de huì mìng ài hù suǒ yǒu de rén  
得爱护自己的慧命，爱护所有的人。

xī wàng nǐ men yào zūn jì shǒu fǎ ài guó ài mín wǒ men  
希望你们要遵纪守法，爱国爱民，我们  
ràng dà jiā hé xié ràng měi gè jiā tíng hé mù ràng suǒ yǒu de  
让大家和谐，让每个家庭和睦，让所有的

péng you bú yào zhēng dòu zhè jiù shì shè huì de jī chǔ xiàng yí  
朋友不要争斗，这就是社会的基础，像一  
gè shè huì de xì bāo yí yàng zhǐ yǒu jiā jiā hé píng měi gè jiā  
个社会的细胞一样。只有家家和平，每个家  
tíng dōu tuán jù měi gè rén dōu píng píng ān ān zhè ge shè huì cái  
庭都团聚，每个人都平平安安，这个社会才  
huì ān dìng zhè me hǎo de fǎ mén ràng shè huì ān dìng ràng  
会安定。这么好的法门，让社会安定，让  
guó jiā ān dìng nǎ ge guó jiā bù xǐ huan tīng shī fu de huà bú  
国家安定，哪个国家不喜欢？听师父的话，不  
yào zuò bù rú lǐ rú fǎ de shì qing xīn líng fǎ mén huì hóng yáng de  
要做不如理如法的事情，心灵法门会弘扬得  
yuè lái yuè hǎo  
越来越好！

yào xiǎng jìn bù yí dìng bù néng wàng jì niàn lǐ fó dà  
要想进步，一定不能忘记念《礼佛大  
chàn huǐ wén rú guǒ qiú de bú shùn nǐ jiù duō niàn lǐ fó  
忏悔文》。如果求得不顺，你就多念《礼佛  
dà chàn huǐ wén zhǐ yào néng gòu chàn huǐ jiù yǒu qiú bì yìng  
大忏悔文》，只要能够忏悔，就有求必应。

lǐ fó dà chàn huǐ wén fēi cháng líng rú guǒ yí gè rén xué xí  
《礼佛大忏悔文》非常灵！如果一个人学习，  
shuō wǒ mǎi jǐ běn shū jiù néng kǎo shàng dà xué le méi yǒu dǎo  
说我买几本书就能考上大学了，没有导  
shī xíng ma yào yǒu lǎo shī de suǒ yǐ shī fu hěn yán gé wǒ bù  
师行吗？要有老师的，所以师父很严格，我不



xǔ nǐ men zuò cuò shì qing zuò cuò shì qing jiù yào gēn suǒ yǒu de  
许你们做错事情，做错事情就要跟所有的

pú sà chàn huǐ xiàn zài tīng de dǒng ma dǒng  
菩萨忏悔，现在听得懂吗？（懂）

lǎo mā ma bú yào kū zài guān shì yīn pú sà miàn qián zài  
老妈妈不要哭，在观世音菩萨面前，在88

zūn fó miàn qián hǎo hǎo de kū guān shì yīn pú sà nín yào jiù wǒ  
尊佛面前好好地哭：“观世音菩萨您要救我，

wǒ chàn huǐ bú chàn huǐ guò qù qiú xiàn zài kěn dìng bù líng  
我忏悔！”不忏悔过去，求现在肯定不灵。

jǔ gè jiǎn dān lì zǐ liǎng gè rén yǒu yì jiàn rú guǒ nǐ bù néng  
举个简单例子，两个人有意见，如果你不能

ràng rén jiā tóng qíng nǐ yuán liàng nǐ nǐ gēn tā shuō shén me  
让人家同情你、原谅你，你跟他说什么

shì qing tā dōu bú huì bāng zhù nǐ suǒ yǐ yí dìng yào xiān chàn huǐ  
事情他都不会帮助你，所以一定要先忏悔。

rán hòu jì zhù dà bēi zhòu zhǔ yào shì néng liàng tǐ jiā qiáng  
然后记住《大悲咒》主要是能量体，加强

nǐ de néng liàng xīn jīng zhǔ yào shì kāi xīn qiào xīn  
你的能量；《心经》主要是开心窍。《心

jīng dà bēi zhòu lǐ fó dà chàn huǐ wén shì xīn  
经》、《大悲咒》、《礼佛大忏悔文》是心

líng fǎ mén de sān dà zhī zhù yào hǎo hǎo de niàn zuì hòu gào  
灵法门的三大支柱，要好好念。最后，告

sù nǐ men pèng dào wèn tí lì rú yǒu shí hou mǎ shàng yào  
诉你们，碰到问题，例如有时候马上要

zhuàng chē le kāi zhe fāng xiàng pán āi yā qiān shǒu qiān  
撞车了，开着方向盘，“哎呀，千手千  
yǎn wú ài dà bēi xīn tuó luó ní bēng zhuàng chē le yīn  
眼无碍大悲心陀罗尼... ..” 崩，撞车了，因  
wei méi shí jiān niàn tài cháng le nà zěn me bàn dì yī xīn  
为没时间念太长了，那怎么办？第一，心  
zhōng mǎ shàng yào xiǎng dào guān shì yīn pú sà pèng dào jǐn jí shì  
中马上要想到观世音菩萨，碰到紧急事  
qing xiān guān xiǎng guān shì yīn pú sà wǒ píng shí bú yào nǐ men  
情，先观想观世音菩萨。我平时不要你们  
guān xiǎng bú yào dǎ zuò yīn wei dǎ zuò róng yì hún pò chū qiào  
观想，不要打坐，因为打坐容易魂魄出窍。  
hěn duō xī rén dǎ zuò nà ge píng guǒ gōng sī de lǎo bǎn tā jiù shì  
很多西人打坐，那个苹果公司的老板他就是  
xué fó fǎ dǎ zuò de yīn wei shàng shàng xià xià tài duō suǒ yǐ  
学佛法打坐的，因为上上下下太多。所以  
píng shí bú yào dǎ zuò dàn shì pèng dào jǐn jí qíng kuàng xiān  
平时不要打坐，但是碰到紧急情况，先  
guān xiǎng yì xiǎng dào guān shì yīn pú sà jiù mǎ shàng hǎn jiù  
观想，一想到观世音菩萨就马上喊，就  
děng yú bǎ guān shì yīn pú sà xiān qǐng guò lái zài nǐ de nǎo hǎi  
等于把观世音菩萨先请过来，在你的脑海  
dāng zhōng jiē xià lái mǎ shàng jiù hǎn guān shì yīn pú sà nín jiù  
当中，接下来马上就喊“观世音菩萨您救  
wǒ a hǎn de hěn lì hài bú yào qù guǎn bié rén bú yào qù  
我啊！”喊得很厉害，不要去管别人，不要去  
guǎn biān shàng de shì qing  
管边上的事情。

hǎo hǎo xiū xíng huó zài fó zhōng huó zài wǒ men de fǎ  
好好修行，活在佛中，活在我们的法  
zhōng qǐng fó huó zài wǒ men de xīn zhōng wǒ men yǒng yuǎn yào  
中，请佛活在我们的心中。我们永远要  
cǎi zài lián huā shàng liǎng tuǐ yào zǒu de zhèng xiàng cǎi zài lián  
踩在莲花上，两腿要走得正，像踩在莲  
huā shàng yí yàng shí shí zài zài yí bù yí gè jiǎo yìn niàn jīng  
花上一样实实在在，一步一个脚印，念经、  
xiū xīn xǔ yuàn guān shì yīn pú sà jiù huì bǎo yòu nǐ men yí  
修心、许愿，观世音菩萨就会保佑你们。一  
dìng yào guǎng dù yǒu yuán yí gè yǒu yuán zhòng shēng yě bù néng  
定要广度有缘，一个有缘众生也不能  
ràng tā diào duì yí gè yě bù néng bǎ tā là xià kàn dào rén jiā  
让他掉队，一个也不能把他落下。看到人家  
de yōu diǎn nǐ xīn zhōng cái shì guāng míng yǒng yuǎn yào kàn dào  
的优点你心中才是光明，永远要看到  
bié rén de guāng míng nǐ de xīn cái huì yǒu fó guāng pǔ zhào bú  
别人的光明，你的心才会有佛光普照！不  
yào qù kàn rén jiā de quē diǎn yǒng yuǎn kàn rén jiā de yōu diǎn  
要去看人家的缺点，永远看人家的优点。  
rén jiā yǎn jīng xiǎo nǐ shuō tā pí fū hěn hǎo rén jiā pí fū hěn  
人家眼睛小，你说她皮肤很好；人家皮肤很  
hēi nǐ shuō tā yǎn jīng hěn dà rén jiā tóu shàng yǒu kuài bā nǐ  
黑，你说她眼睛很大；人家头上有块疤，你  
shuō tā zuǐ ba zhǎng de hěn zhèng ... .. nǐ kàn dào de dōu shì hǎo de  
说他嘴巴长得很正 ... ..你看到的都是好的，

nǐ xīn zhōng jiù yǒng yuǎn dōu shì hǎo de dōng xī rú guǒ nǐ jīn  
你心中就永远都是好的东西。如果你今  
tiān kàn zhè ge bā míng tiān kàn dào yǎn jīng xiǎo ěr duo wāi nà  
天看这个疤，明天看到眼睛小，耳朵歪，那  
nǐ xīn zhōng bú jiù shì ěr duo wāi yǎn jīng xiǎo tóu shàng yǒu  
你心中不就是耳朵歪、眼睛小、头上有  
kuài bā de bù liáng yìn xiàng ma shī fu yòng qiǎn xiǎn de bái huà fó  
块疤的不良印象吗？师父用浅显的白话佛  
fǎ lái gào sù dà jiā shēn ào de fó lǐ wǒ yào jiù dù quán shì jiè de  
法来告诉大家深奥的佛理，我要救度全世界的  
yǒu yuán zhòng shēng xī wàng dà jiā gēn zhe shī fu yì qǐ qù jiù dù  
有缘众生，希望大家跟着师父一起去救度！

xiè xiè dà jiā xiè xiè fǎ shī men zhè jǐ tiān de xiāng bàn xiè  
谢谢大家，谢谢法师们这几天的相伴，谢  
xiè suǒ yǒu de fó yǒu men gǎn ēn nǐ men yí dìng yào zuò fó fǎ  
谢所有的佛友们，感恩你们！一定要做佛法  
de hù chí rén xiè xiè dà jiā  
的护持人，谢谢大家！